

Jadłospisy za okres od dnia 2024-03-04 do dnia 2024-03-17 KUCHNIA CHORZÓW

	CH- SŚ Podstawowa	CH- SŚ Łatwo strawna	CH- SŚ Cukrzycowa	CH- SŚ- Położnicza podstawowa	CH- SŚ- Położnicza lekkostrawna	CH- SŚ- Położnicza cukrzycowa
Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewrzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewrzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 50 g Pomidor 50 g Banan 1szt. 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewrzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 50 g Pomidor 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewrzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewrzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Ogórek kiszony 50 g Pomidor 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Filet królewski z indykiem produkt drobiowy z dodatkiem wiewrzowiny średnio rozdrobniony parzony, wędzony 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, OZI, MLE, SEL, GOR, SEZ.) Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
II ŚN			Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Chleb Graham 3g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Bułka pszenna długa krojona 30 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.)	Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)
Obiad	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sztuka mięsa Szyńka wieprzowa gotowana 150 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 125 g Dynia z wody 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sztuka mięsa Szyńka wieprzowa gotowana 150 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 125 g Dynia z wody 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sztuka mięsa Szyńka wieprzowa gotowana 150 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 125 g Dynia z wody 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sztuka mięsa Szyńka wieprzowa gotowana 150 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 125 g Dynia z wody 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Sztuka mięsa Szyńka wieprzowa gotowana 150 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Dynia z wody 125 g	Jarzynowa z grysiem dieta () 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Sztuka mięsa Szyńka wieprzowa gotowana 150 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem () 125 g Dynia z wody 125 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
Kolacja	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszet drobiowy z kurnej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek kiszony 20 g Pomidor 50 g Szyńkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szyńkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 80 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szyńkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Ogórek kiszony 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Pomidor 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Paszet drobiowy z kurnej półki 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek kiszony 20 g Pomidor 50 g Szyńkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 2 szt Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szyńkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Ogórek kiszony 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Pomidor 80 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szyńkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Ogórek kiszony 20 g Bułka graham-pszenna 50g 1 szt (GLU PSZ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g
PN	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Dżem 25 g 1 szt	Pieczyczo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt ( może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)	Pieczyczo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt ( może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Dżem 25 g 1 szt	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 20 g Dżem 25 g 1 szt	Pieczyczo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt ( może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ.)
	Wartość energetyczna: 2432.23 kcal; Białko ogółem: 140.56 g; Tłuszcz: 59.95 g; Kw. tł. nasy.: 20.90 g; Węglowodany ogółem: 343.99 g; W tym cukry: 104.29 g; Błonnik pok.: 27.16 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2459.65 kcal; Białko ogółem: 139.77 g; Tłuszcz: 59.76 g; Kw. tł. nasy.: 22.70 g; Węglowodany ogółem: 348.50 g; W tym cukry: 105.49 g; Błonnik pok.: 22.03 g; Sól: 7.39 g;	Wartość energetyczna: 2429.05 kcal; Białko ogółem: 158.61 g; Tłuszcz: 70.64 g; Kw. tł. nasy.: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 297.44 g; W tym cukry: 50.82 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sól: 8.74 g;	Wartość energetyczna: 2706.43 kcal; Białko ogółem: 154.08 g; Tłuszcz: 71.57 g; Kw. tł. nasy.: 26.54 g; Węglowodany ogółem: 373.51 g; W tym cukry: 112.57 g; Błonnik pok.: 28.60 g; Sól: 9.28 g;	Wartość energetyczna: 2729.53 kcal; Białko ogółem: 153.64 g; Tłuszcz: 71.32 g; Kw. tł. nasy.: 28.31 g; Węglowodany ogółem: 376.22 g; W tym cukry: 112.61 g; Błonnik pok.: 22.37 g; Sól: 8.02 g;	Wartość energetyczna: 2490.61 kcal; Białko ogółem: 160.98 g; Tłuszcz: 71.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; Węglowodany ogółem: 310.27 g; W tym cukry: 50.90 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sól: 9.06 g;